



マチレット

のおがた 介護予防お役立ちガイド

(2024年度)



健康づくりに
取り組みたい

6

いきいきと
社会参加したい

11

在宅生活を応援

12

もの忘れが
心配になったら

19

守ろう
高齢者の権利

23

高齢者の
相談窓口

27

直方市



私たちは、ここにいます。



医療法人
健明会

住み慣れた街で、介護・医療をトータルサポートいたします。

介護老人保健施設 青風苑

要介護認定を受けている方が
利用できる施設です。

☎0949-22-2601 定員50床

短期入所生活介護・ 介護予防短期入所生活介護 青見ショートステイ

介護負担の軽減や外出等の用事の際、
短期間宿泊できるサービスです。

☎0949-22-2601 定員5床(全室個室)

青見通所リハビリテーション 介護予防通所リハビリテーション

リハビリの専門職がそれぞれに適した
リハビリを提供しています。
[営業日]月～土曜日 9:00～17:00(年末・年始を除く)

☎0949-29-3251 定員130名

健明会 総合ケアセンター

リハビリのできる
デイサービス(通所介護施設)です。
[営業日]月～土曜日 8:30～17:30 [休業日]日曜日・年末年始

☎0949-26-8813 定員40名

健明会 ケアプランセンター

介護に関する皆様の
疑問や不安に
お応えいたします。

☎0949-24-1523

医療法人 健明会 青見胃腸・内視鏡内科クリニック

福岡県直方市上新入2490-7 [休診日]水曜・日曜・祝日・年末年始

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00～12:30	○	○	△	○	○	○
PM3:00～6:00	○	○	△	○	○	◎

◎の診療時間はPM2:00～5:00 (◎の受付時間はPM4:30まで)

☎0949-22-2600 / FAX0949-22-2633

医療法人健明会 福岡県直方市大字上新入2490-14 TEL:0949-22-2601(代表)

<http://www.kenmeikai.jp>

医療法人 健明会



もくじ

自分らしい暮らしを人生の最期まで……………	1
自立した生活を送るために ～介護保険法～…	1
基本チェックリスト……………	2
通所型サービスC……………	3
頼りになります! 地域包括支援センター ……	4
こんにちは! 生活支援コーディネーターです!…	5

健康づくりに取り組みたい……………	6
健康寿命をのばそう ～予防のためにできること～……………	6
かかりつけ医師・歯科医師・薬剤師を 持ちましょう……………	7
のおがた元気ポイント事業……………	8
いきいき百歳体操に 取り組む団体を応援しています……………	9
フレイルを予防しよう……………	10

いきいきと社会参加したい……………	11
シニアクラブ(老人クラブ)……………	11
生涯学習活動事業……………	11
就労の支援……………	11

在宅生活を応援……………	12
移動販売……………	12
弁当配達……………	13
日用品・食材などの配達……………	14
買い物した商品を自宅に配達……………	15
自費の家事援助……………	15

市の福祉サービス……………	16
ごみのふれあい収集……………	17
移動送迎支援事業……………	17
車いすの貸し出し……………	17
バス移動……………	18

もの忘れが心配になったら……………	19
認知症の相談窓口……………	19
認知症の早期受診について……………	20
認知症に関する相談ができる医療機関…	20
高齢者等SOSネットワーク事業……………	21
高齢者等SOSネットワーク 見守り登録事業(事前登録)……………	21
行方不明者情報の取得について……………	21
認知症の人や家族とつながろう!……………	22
認知症の人と家族の会 直方……………	22
認知症サポーターを広める会……………	22
車の運転が心配……………	22

守ろう高齢者の権利……………	23
知って防ごう高齢者虐待……………	23
ねらわれやすい高齢者……………	24
日常生活自立支援事業……………	24
成年後見制度……………	25
もしものときの「のおがた安心カード」を 作りませんか……………	26

高齢者の相談窓口……………	27
----------------------	-----------



マチレット

マチレットは、自治体から市民へ専門性が高い情報をよりわかりやすく確実に伝える、地域に寄り添う“マチのブックレット”です。

2024年9月発行

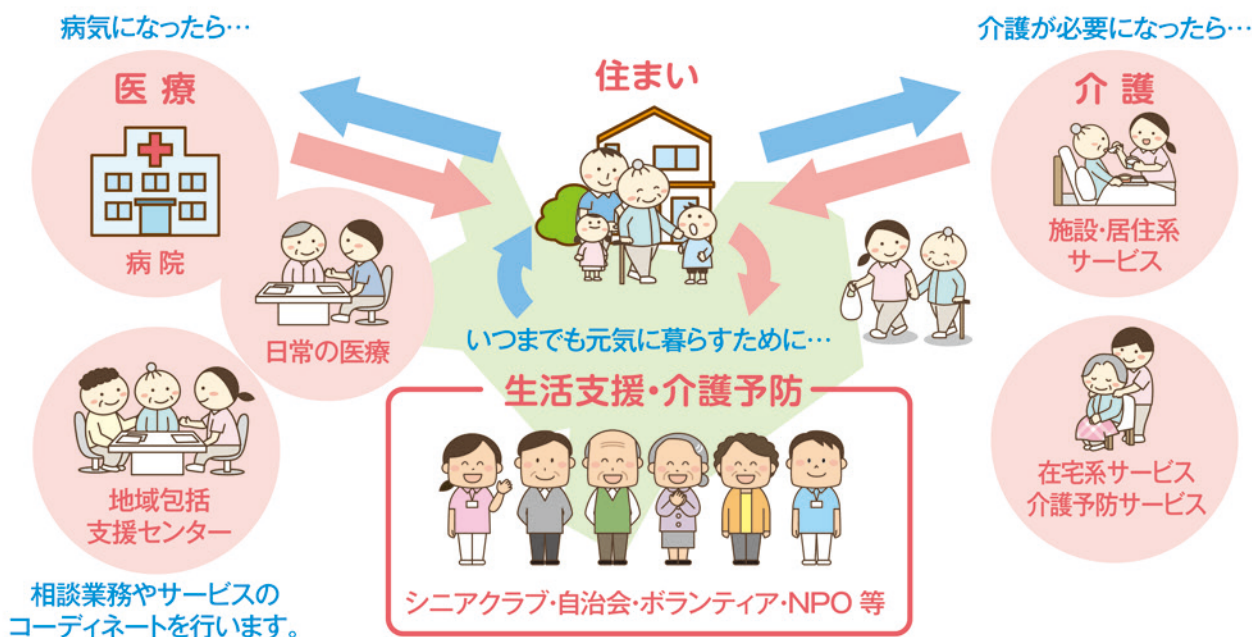
発行:直方市 健康長寿課 高齢者支援係

編集・デザイン:株式会社ジチタイアド

自分らしい暮らしを人生の最期まで

地域ぐるみで高齢者を支えていく仕組み ～地域包括ケアシステム～

直方市では、高齢者が可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けられる支援体制（地域包括ケアシステム）の構築に取り組んでいます。その体制は、「介護」「医療」「保健・福祉」といった専門的サービスと「住まい」「介護予防・生活支援」といった住民を主体とした地域づくりが必要となります。このお役立ちガイドは、「健康づくり・暮らし」に役立てる情報集となっています。



自立した生活を送るために ～介護保険法～

第一条(目的)

この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、**これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう**、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

**自立した日常生活を営むことができる
ための支援である**

第四条(国民の努力及び義務)

国民は、自ら要介護状態となることを**予防**するため、**加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努める**とともに、要介護状態となった場合においても、進んでリハビリテーションその他の適切な保健医療サービス及び福祉サービスを利用することにより、**その有する能力の維持向上に努めるものとする**。

国民は、共同連帯の理念に基づき、介護保険事業に要する費用を公平に負担するものとする。

**国民には自ら健康の保持増進に努める
義務がある**



お口の 無料相談窓口

こんなお悩みはありませんか？



歯やお口のお手入れをしたい



かたいものが食べにくい
体重が急に減った



入れ歯の調子がわるい



食べこぼし
むせがひどい
滑舌がわるい



歯や歯ぐきが
痛い！



誤嚥による
発熱

治療してもらいたいけど、歯科医院に行く事が困難な方
どこに相談したらよいのか、わからない方 など

お困りの方は、お電話・FAXでご相談を

直方歯科医師会 口腔管理推進室

TEL・FAX 0949-28-7550

Eメール nogatakouku@gmail.com

電話受付時間 9:00～17:00(月～金曜日)

ホームページは/
コチラ



いつまでも自分らしく、いきいきとした生活を送るために、まず、基本チェックリストを活用し、ご自身の健康状態・生活状況を知りましょう。点数表で該当点数以上の方は**虚弱***である可能性が高いと言われています。ご自身に合う介護予防の取組みについて地域包括支援センターへ相談してみましょう。⇒(4ページ)

※**虚弱**…加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態(日本老年医学会／国立長寿医療センター2018)

項目	No.	質 問 事 項	回 答	
生活機能	1	バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ
	2	日用品の買物をしていますか	0. はい	1. いいえ
	3	預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ
	4	友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ
	5	家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ
運動器	6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
	7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
	8	15分位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
	9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ
	10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ
栄養	11	6か月で2～3kg 以上の体重の減少がありましたか	1. はい	0. いいえ
	12	身長 cm 体重 kg (BMI=) 注	0. 非該当	1. 該当
口腔	13	半年前に比べて固い物が食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ
	14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	0. いいえ
	15	口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ
こ閉もじり	16	週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ
	17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ
もの忘れ	18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあると言われますか	1. はい	0. いいえ
	19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ
	20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい	0. いいえ
こころ	21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ
	22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	0. いいえ
	23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1. はい	0. いいえ
	24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だとは思えない	1. はい	0. いいえ
	25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ

注 BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) が18.5未満が該当

点数表	項 目	こころ以外	運動器	栄養	口 腔	閉じこもり	もの忘れ	こころ
	No.	1～20	6～10	11・12	13～15	16・17	18～20	21～25
	点 数	10	3	2	2	1	1	2
	回答点数							

回答点数が
上回れば虚弱の
可能性が
あります

※「基本チェックリスト」(厚生労働省) (https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_25277.html) を加工して作成。

もう一度元気になりたいな！
 なじみの友達にまた会いたいな！
 畑仕事をもう一回やりたいな！



平成31年1月よりサービス提供されています。
 元気になって、マイペースに過ごせる生活に戻りましょう！

通所型サービスCとは

運動、栄養、口腔、認知等に関するリスクを抱える高齢者に対し、専門的なサービスを短期・集中で提供し、介護保険から「自立」して地域でなじみのある人間関係の中で高齢になってもマイペースな生活を継続できるように支援しています。

対象者



要支援1、要支援2、総合事業対象者

サービス内容

リハビリテーション専門職がアセスメント及びモニタリングに関与しながら、

- ①送迎を伴う通所による機能回復訓練等
 - ②月1回以上の訪問による生活環境調整等
- を組み合わせ一体的に提供を行うものです。



サービスの提供期間は6か月が限度になります

自己負担月額※

利用回数	期 間	単 位 数	利用料(自己負担額) 1割負担
週1回	1か月～3か月目	2,200単位	2,200円
	4か月～6か月目	1,800単位	1,800円
週2回	1か月～3か月目	4,300単位	4,300円
	4か月～6か月目	3,500単位	3,500円

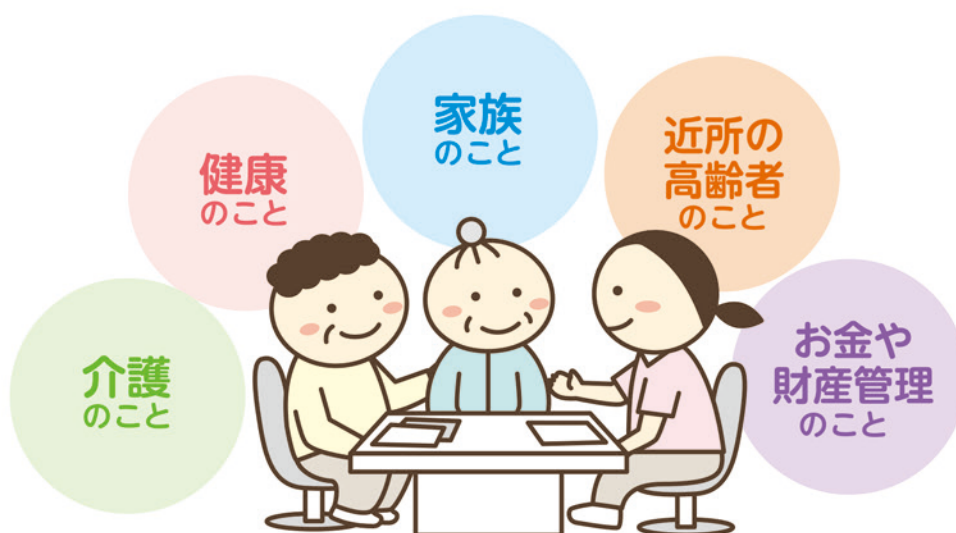
※ 介護保険の負担割合が1割の場合の毎月の負担額です。
 2割・3割の人は、それぞれ上記金額の2倍・3倍になります。

地域包括支援センターには、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などの職員が配置され、その専門知識や技能を互いに活かしながら高齢者やその家族へ幅広い支援を行っています。

ご相談は、どんなことでも！ どなたでも！

介護に関する相談以外にも高齢者の健康や福祉、医療や生活に関することなど、どのような相談にも対応します。どこに相談すればよいか分からないお悩みも、まずは地域包括支援センターにご相談ください。必要なサービスや制度、関係機関の情報や紹介を行います。

また、高齢者ご本人だけでなく、ご家族、近隣にお住まいの方などからも、高齢者に関する相談を受け付けます。電話での相談もできますので、お気軽にご相談ください。



地域包括支援センターに行けないときは…

体調が悪かったり、家族の介護で地域包括支援センターへ行けないなどの場合は、地域包括支援センターの職員が訪問することもできますので、お気軽にご連絡（☎25-2391）ください。

これまでの自分と、これからの自分にむけて、エンディングノートを書いてみませんか？

市では、エンディングノートを無料で配布しております。ご活用ください。



こんにちは! 生活支援コーディネーターです!

※担当地区は小学校校区で表記

篠崎 (しのざき)	柴田 (しばた)	山崎 (やまさき)	坂野 (さかの)	時枝 (ときえだ)
				
下境・福地・中泉	南・西・北	新入・植木	上頓野・東・感田	市内全域
愛和園 在宅介護 支援センター	青風苑 在宅介護 支援センター	五月園 在宅介護 支援センター	長光園 在宅介護 支援センター	直方市 社会福祉協議会
☎28-1098	☎24-1523	☎25-0123	☎26-8586	☎23-2551

住み慣れた地域で、自分たちらしく暮らしていくために、住民同士が支えあう仕組みづくり
“つなぐ”をすることが、生活支援コーディネーターの役割です。

少子高齢化が進んでいる今後は…



もしかして、自分の困りごとは、他の人も困っていることかも?!
地域のみんなで話し合いをしてみませんか?その時は、話し合いに呼んでください!
また、あなたの趣味活動の場や地域サロンを教えてください!地域資源を探しています。

こんな相談を受けて、つないでいます!

- いきいき百歳体操を、地域の公民館でしたい!
- 歩いて行けるところで、運動できないかな?
- 退院したばかり。お弁当を配達してくれるところや、
灯油やお米など重いものを配達してくれるお店はないかな?
- ほかの地域はどんな活動をしているか、教えてほしい!



健康寿命をのばそう ～予防のためにできること～

【健診・検診】

※年齢は年度末(令和7年3月31日)時点の年齢です。

健診・検診	対象者	内 容
特定健診 (生活習慣病予防健診)	40～74歳の 市国民健康保険加入者	血液検査(脂質・血糖・尿酸・肝機能・ 腎機能など)、尿検査(潜血・糖・たんぱく)、 血圧測定、問診・診察、 身体測定(身長・体重・腹囲)、心電図検査
後期高齢者健康診査	福岡県後期高齢者医療 加入者	詳しくは、ページ下をご覧ください。
がん検診	40歳以上の人	胃がん、肺がん、大腸がん 乳がん(昨年度受けていない女性のみ)
	20歳以上の女性	子宮頸がん
	50歳以上の男性	前立腺がん

市の保健事業について、詳しくはホームページもご確認ください

健康診断に
関すること肺炎球菌予防接種に
関することインフルエンザ予防接種に
関すること
(9月下旬に公開予定)新型コロナ予防接種に
関すること

活用しましょう、「後期高齢者健康診査」

「後期高齢者医療保険証」をお持ちの方は、毎年、福岡県後期高齢者医療広域連合より健康診査のご案内が届きます。(その年に75歳になる方は、誕生月に届きます)

普段かかりつけ医で検査をされている方も受診ができますので、ぜひご利用ください!

後期高齢者健康診査について

【対象】 「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方

【費用】 500円

【検査項目】 計測(身長・体重)、尿検査、血圧測定、医師の診察、血液検査(脂質、血糖、肝機能、腎機能) ※心電図検査、眼底検査は医師が必要と判断した場合のみ

令和5年度より、血液検査項目に「血清アルブミン検査」と「貧血検査」が追加されています。血清アルブミン検査、貧血検査では、栄養状態や貧血の状態が分かり、全身状態の把握に役立ちます。

医 | かかりつけ医師とは？

心身の健康状態を継続的に診てくれる、身近なお医者さん。
健康状態を気軽に相談できます。
また、より適切な診療科を紹介することもあります。



歯 | かかりつけ歯科医師とは？

口の中の健康状態を継続的に診てくれる、身近な歯医者さん。
定期的に通うことにより、
むし歯や歯周病を予防します。



薬 | かかりつけ薬剤師とは？

内服する薬を継続的にみてくれる身近な薬剤師さん。
お薬の重複や飲み合わせの確認などをします。



健康づくりに取り組みたい

かかりつけ医を持って、
日頃からの健康管理につとめましょう

高齢者ご自身の健康づくり・介護予防の取り組みを推進する事業です。のおがた元気ポイント事業を活用することで、社会参加の機会が増え介護予防につながります。

対象となる人

直方市に住民登録している65歳以上の人



参加方法

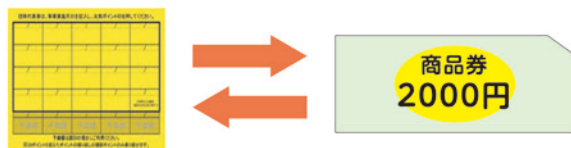
1 のおがた元気ポイント申込書を提出し、ポイントカードをもらう



2 ポイントの対象になる活動に参加する



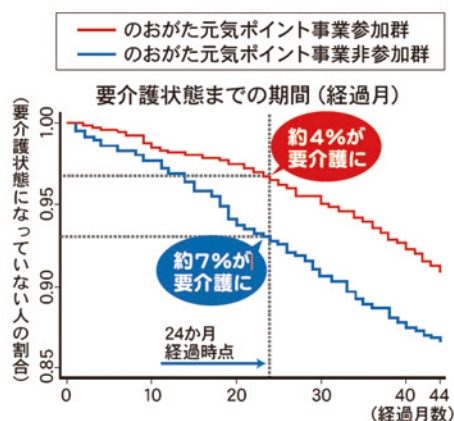
3 20ポイント貯めて2,000円分の商品券と交換



のおがた元気ポイント事業と健康との関係

■九州大学との研究で分かった介護予防効果

のおがた元気ポイント事業参加群と非参加群の2つのグループに分けて検証したところ、要介護状態になるまでの期間に差があり、参加することで介護予防に有効であり、要介護状態になりにくいということが分かりました。



ポイント対象となる活動の登録

■活動団体の登録でポイント付与対象に

直方市に住民票のある65歳以上の人5人以上で活動する団体の登録を募集しています。登録した団体が自主的に行う健康づくりや介護予防に関する活動に参加すると、ポイントが付きます。

■多くの団体が登録

現在、287団体が活動団体として登録しています。今後も引き続き登録団体を募集し、地域で取り組む介護予防活動を支援します。



住み慣れた地域で仲間と一緒に効果が検証された「いきいき百歳体操」を行うことで、ご自身の介護予防だけでなく地域のつながりを深めます。

対象となる団体

- 週1回以上の実施
- 地域に開放していること
(活動場所は直方市内に限る)
- 直方市在住の人が5人以上の団体
(半数以上が65歳以上であること)

登録特典

- 体操で使うDVD提供
- DVD再生機器貸出
- リハビリ専門職による運動指導

【週1回いきいき百歳体操に取り組む活動団体】

No.	団体名	活動場所	校 区
1	新入にこにこクラブ	上新入川東公民館	新入
2	天神体操クラブ	天神団地公民館	新入
3	鴨生田ヘルスアップ・クラブ	鴨生田公民館	新入
4	楽しいかい遊ぼう会	西尾公民館	東
5	永壮会	東和苑公民館	感田
6	寿会	林光寺団地集会所	下境
7	健けんクラブ	知古第2公民館	北
8	西方メンバーズ	(株)直方建材 ドンマルク	新入
9	明神自治区公民館	明神自治区公民館	北
10	さくらんぼの会	個人宅	新入
11	宮浦健康体操クラブ	宮浦公民館	下境
12	ときわサロン	溝堀自治区第一公民館	南
13	地域ふれあい交流「おしゃべり喫茶」	上境公民館	上境
14	植木はつらつ倶楽部	植木本横自治公民館	植木
15	つばき会	下境一区公民館	下境
16	南寿会	新町北区公民館	南
17	あじさいの会	王子団地公民館	感田
18	あじさいクラブ	下新入自治公民館	新入
19	アーケード	須崎町商店街(ファッションマツダ前)	北
20	長友会	長田公民館	新入
21	マーガレット・パピヨン	直方市中央公民館	南

■体操の風景



やってみたい! 興味のある方は、こちらまで!
直方市役所 高齢者支援係(5階) ☎25-2391



要支援の原因の第2位は 高齢による衰弱です！

フレイルとは衰弱という意味です。衰弱の原因は、加齢のせいだけではありません。**運動・栄養・社会参加**によりフレイルは予防することができます。3つのポイントをおさえて健康でいきいきと長生きしましょう。



フレイル予防について詳しくは
下記二次元コードからホームページをご確認ください。

知って防ごう！
3つのポイント



90歳からでも
いきいき
百歳体操



始めてみよう
ウォーキング！



フレイル予防
教室案内



あなたのため 地域のため みんなのため のため薬局。

処方箋がなくてもつい立ち寄りたくなる。
そんな地域密着の薬局を目指して。

- 処方せんの受付
- 在宅でのおくすり相談
- 薬剤師による勉強会

＼こんなユニークな取り組みも！／



薬局内ヨガ教室



チーズケーキ
健康食品の販売

営業時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 - 13:00	●	●	●	●	●	●	×
13:00 - 18:00 ※水曜は17時まで	●	●	●	●	●	×	×

〒822-0001 福岡県直方市感田 1872-12

電話：0949-52-7017

のため薬局 直方



シニアクラブ(老人クラブ)

☎ シニアクラブ連合会 ☎090-2710-7100

おおむね60歳以上の方が各地域で自主的に集まり、スポーツ(グラウンドゴルフ・パークゴルフ・ダーツなど)、体操教室、介護予防講座(認知症予防・健康増進等)、児童登校の見守り、趣味活動(カラオケ・合唱など)、社会奉仕活動などを通じて、地域福祉の担い手として様々な活動を行っています。

また、気軽に集まって「茶話会」を行うなど、地域の拠り所にもなっています。



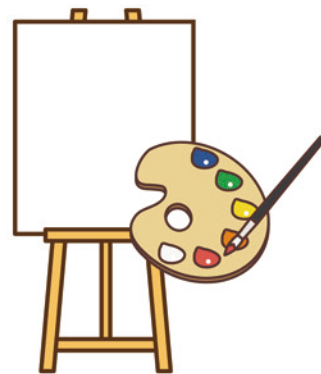
生涯学習活動事業

☎ 直方市中央公民館 ☎25-2241

直方市中央公民館では、毎年多様な分野の主催講座を企画し、受講生を募集しています。世代や職業に関わらず、新たな経験や学びは、人生の活力となり毎日を豊かにします。講座のなかでの仲間づくりや自主サークル結成の支援を行うことで、市民の皆さまの生きがいつくりの機会とすることも、事業の目的のひとつです。

また、地域でボランティアを募り、市内小学校を訪問して学習支援を行う「ふれあい交流」では、習字や昔遊び等を教える活動のなかで、子どもたちとの触れ合いにより、参加者自身が明るく元気な気持ちになれることを目指しています。

「人生100年」と言われる時代に、年齢を重ねても全ての人が充実した毎日が送れるよう、生涯学習や世代間交流をサポートしていきます。



就労の支援



☎ 直方市シルバー人材センター

福岡県生涯現役チャレンジセンター 飯塚オフィス

はつ・らつ・コミュニティ北九州

☎25-0511

☎0948-21-6032

☎093-881-6699

直方市では、高齢者が心身ともに健康で充実した生活を送ることを目指しています。そのためには、役割・生きがいをもつことや、社会参加が重要です。その支援のひとつとして、高齢者を対象とした就労支援を直方市シルバー人材センター等と協力して取り組んでいます。

※イベントのご案内などは市報やホームページでお知らせします。

訪問診療

下記のいずれかに当てはまり、ご自宅での歯科診療をご希望の方はご相談ください。

- 高齢の方
- お身体が不自由な方
- その他諸般の事情で来院が難しい方

歯や歯ぐき、
入れ歯の治療、
家でも行えます



のおがたまなみ歯科医院

歯科 矯正歯科 小児歯科 歯科口腔外科

もちろん本院での通常診療も承ります

本院では患者様のお体・心にさらに寄り添った治療を心がけています

全身麻酔

下記のような方を対象に、全身麻酔を使用
しての治療も可能です。

- 歯科への恐怖心がある方
- 障がいのある方
- 歯科治療の困難な幼児

麻酔医: 横山 武志 (九州大学教授)



全身管理をしながらの治療

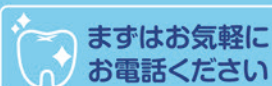
体調に不安のある下記の方には、心電図や脈拍等をモニター
で確認しながら治療いたします。

- ペースメーカーや人工呼吸器を付けた方
- 疾患のある方



時間 \ 曜日	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00-12:00	○	○	○	○	※	△	×
13:00-18:00	○	○	○	○	※	×	×

※ 金曜日は訪問診療のみ △ 土曜日は9:00～13:00



TEL: 0949-23-1180 FAX: 0949-23-1181

のおがたまなみ歯科医院 〒822-0015 直方市新町1丁目4番15号 金子ビル1F2F

移動販売

西山商店

電 話	☎090-2713-4685(担当:上野)
販売場所	市内約20か所で移動販売を実施しています。 ご希望の場所・時間をお知らせください。
内 容	野菜、果物、豆腐、お菓子類、ソーセージ、油揚げ、干物、乾物、漬物、 つくだ煮、かまぼこ、缶詰など

グリーンコープ

電 話	☎093-291-3115
販売場所	【毎週火曜日】 〈1便〉 10:00~10:30 鴨生田団地集会所(上新入) 10:40~11:10 下境光福寺(下境) 11:30~12:00 デイサービスセンター直方(感田) 〈2便〉 10:15~10:45 平成筑豊鉄道 藤棚駅駐車場(下境) 10:55~11:25 赤地交差点(赤地) 11:35~12:05 下境4区公民館 12:15~12:45 本洞生活館(下境) 13:00~13:30 くらじの里家駐車場(須崎町) 【毎週金曜日】 11:30~12:00 デイサービスセンター直方(感田) 12:15~12:45 溝堀第一集会所 13:00~13:30 平成筑豊鉄道 藤棚駅駐車場(下境)
内 容	牛乳、豆腐、たまご、肉、野菜など 現金での支払いをお願いします。また、買い物袋ご持参の上、お越しください。



移動スーパーとくし丸

電 話	株式会社サンリブ とくし丸事業部 ☎093-752-3733(月~金 9:00~18:00)
販売場所	【主な販売エリア】 月・木(鞍手、植木) 火・金(上新入、山部、下境、中泉) 水・土(感田、下新入) ●月~土、週1~2回訪問 ※曜日により訪問エリアが決まっています。利用する際は要相談。
内 容	ご自宅の前で、生鮮食品やパン、お菓子、日用品などを見て購入できます。



ロバのパン

電 話	☎0836-72-0360
販売場所	火~土 直方市内(場所等、詳細についてはお問い合わせください)
内 容	パン以外にも少量の総菜(豆腐ハンバーグ、ちまき、フライドチキンなど)、 飲み物(牛乳、カフェオレ等)の取り扱いあり

弁当配達

名 称	連絡先	配達範囲	お届け状態	朝・昼・夕
景光園 (頓野2104-29) ※市の配食サービスではなく直接契約の場合	☎0120-960-556	直方市 全域	 当日調理(手渡し)	夕食のみ (1食からお届け可能)
まごころ弁当 直方店 (古町17-14)	☎0949-22-3377 ※FAX注文の場合 22-3314	直方市 全域	 当日調理 (原則手渡し、常温でお届け)	昼・夕利用可 (1食からお届け可能)
ワタミの宅食 (頓野3533-1)	☎0120-191-950	直方市 全域	 当日調理(手渡しor専用の鍵付安全ボックスに入れる)	夕食のみ 5日間コース(月～金) 7日間コース(月～日) 曜日を選べるコース(月～日) 週1回1食からOK
エフコープ	☎0120-41-0120	中泉、下境 赤地、頓野 感田、植木 新入、知古	 当日調理(手渡しor不在時は保冷箱に入れる)	夕食のみ 月～金の5日単位でお届け 1日単位は不可
けんたくん 飯塚・かすや店 (飯塚市平塚 258-62)	☎080-3181-5494	直方市 全域	 調理後急速冷凍 ※要レンジ(手渡しor不在時は保冷箱に入れる)	昼・夕利用可 (おかずのみ) 毎週水曜日に1週間必要な量をお届け (目安5～21食)
ミールタイム	☎0120-054-014	直方市 全域	 冷凍(要レンジ)	7食以上からお届け可能
玄海 (頓野3234-1)	☎0949-23-2323	直方市 全域	 冷凍(要レンジ)	15回分を一度にお届け
うちくる (飯塚市川津 369-3)	☎0948-43-8119	直方市 全域	 当日調理(不在時は保冷バックに入れる)※要レンジ	夕食のみ ※月～金 (週3回からのお届け) 前週の水曜日17時が注文締め切り

※民間の配食弁当の事業者一覧表を直方市役所5階 高齢者支援係の窓口に置いています。

日用品・食材などの配達

名 称	連 絡 先	配達範囲
株式会社ヨシケイ福岡	☎0120-412-712 ※日用品の取り扱いはありません。	直方市全域
グリーンコープ	☎093-291-3115 ※利用には組合員への加入が必要です。	直方市全域
エフコープ	☎0120-41-0120 ※利用には組合員への加入が必要です。	直方市全域
こだわり食品の店 コアハウス明治町通り (古町1-22)	☎28-3023 営業/10:00~17:30 定休日/日曜日 3,000円以上(税込)のご注文で配達いたします	直方市内
スーパー大和 (殿町6-28)	☎22-2608 店舗購入・電話注文ともに購入金額が 3,000円以上(税込)で配達いたします	直方市全域 (可能な限り対応します。)
浮羽産直店 八百一 (古町6-1)	☎090-3665-1816 野菜、果物、花の配達をします。	直方市内(配達可能な場所・ 時間帯・金額は応相談)
浮羽産直店 香川青果 (殿町3-8オリオンビル1階)	☎080-5251-6656 1,500円以上(税込)で食品を配達します。	直方市内(当日配達には 14時までに注文が必要)
稲垣米屋 (山部670)	☎22-1671 米5kg以上もしくは灯油2缶以上で配達します。	※要事前確認
岩元米穀店 (下新入329-1)	☎24-8145 米5kg以上もしくは灯油1缶以上で配達します。	直方市全域 ※要相談
(有)栗原米屋プロパン商会 (新知町2-23)	☎22-1669 米10kg以上の注文で配達します。	直方市全域
舌間米穀店 (植木367)	☎28-0245 米5kg以上の注文で配達します。	直方市全域
はやし米屋 (頓野3797-4)	☎24-1080 1,500円以上(税込)の注文で 米、野菜、灯油、日用雑貨、食品等配達します。	直方市内(当日配達には夕方 17時までに注文が必要)
矢野米屋 (日吉町1-12)	☎24-0687 米、たばこ、灯油、日用雑貨、食品等配達します。	直方市全域 (土・日・祝日 配達不可)
山崎商店 (中泉274)	☎22-1591 米5kg以上もしくは灯油2缶以上で配達します。	直方市全域



買い物した商品を自宅に配達

店 舗 名	連 絡 先	利 用 条 件
サンリブ のおがた店 くらしらくら便	☎23-2133	2,000円以上のお買い上げで配達いたします。 利用料:1箱220円(税込)
スーパー大和	☎22-2608	店舗購入・電話注文ともに一回の購入金額が 税込3,000円以上で配達いたします。
薬のハッピー 知古店	☎23-8111	店頭購入された商品に限り、エリア内であれば 1口660円で配達可能。

自費の家事援助

急な病気や入院などで家事や介護を頼みたい時、病院の付き添いや通院の
同行など生活全般のサポートをします。

介護保険外の自費サービスのため、介護認定を受けていない方でもご利用
いただけます。詳しくは直接各事業所にお問い合わせください。



地 区	名 称	サービス提供範囲	連 絡 先
新入・植木	ヘルパーステーションわかな	直方市全域	☎23-8686
	たくみ苑ヘルパーステーション	植木・新入地区	☎25-8739
	直方市シルバー人材センター	直方市全域	☎25-0511
上頓野・東・ 感田	さくら介護ステーションえこわいず	直方市全域	☎52-8125
	トータルケアサービス	直方市全域 ※当事業所介護サービス 利用者に限ります	☎29-2160
南・西・北	アップルハート筑豊ケアセンター	直方市全域	☎28-7297
	ニチイケアセンター直方	直方市全域	☎29-5029
	ゆいサポートふくし生協ゆめはうす	直方市全域 ※利用には組合員への 加入が必要です。	☎23-8220 ☎23-8221
市外	障がい者就労支援施設のぞみ	直方市全域	☎55-3311
	麻生介護サービス株式会社	直方市全域	☎0120-550-048 ☎28-7395

●配食サービス

栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、利用者の安否確認を行います。

対象:65歳以上の単身世帯、もしくは高齢者のみの世帯で、介護保険料の滞納がない高齢者
下記のいずれかの条件を満たす人

- 心身の衰えや障がい及び疾病等の理由により調理・買い物が困難な人
- 家族等から食事に関する援助を受けることが困難な人



内容:●週3回～週6回の夕食(月～土)

- 配達時間 16:00～18:00(時間指定は不可、安否確認のため原則手渡し)
- 普通食370円、普通食(おかずのみ)270円、減塩食520円、減塩食(おかずのみ)420円
- 普通食と、減塩食(カロリー500kcal、塩分2.3g)より選択可能
- 祝日、年末年始、8/13～8/16はお休みです。

※内容・料金など変更する場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

●緊急通報装置貸与事業

一人暮らしの高齢者へ緊急通報装置(据置型もしくは携帯型)を貸し出し、緊急時にボタンを押すと、委託業者が状況に応じ、協力員への連絡、駆けつけ業者への連絡、または救急車要請を代行します。

対象:ひとり暮らしで介護保険料の滞納がない高齢者

- 費用:**●課税世帯の方 月880円 ※年2回 口座引き落とし 後払い
●非課税世帯の方 月330円 ※年2回 口座引き落とし 後払い
●生活保護受給者 無料
●身体障がい者手帳1級および2級所持者(ただし心疾患、脳血管疾患に限る) 無料

備考:●据置型の設置には固定電話回線が必要です。(一部使用できない回線があります。)

- 原則、申請時には、すぐに自宅へ駆けつけることが可能な協力員1名以上の連絡先が必要となります。また、貸与を受けるには保証人が1名必要です。

※上記以外に民間事業者による見守り・緊急通報サービスがあります。お気軽にお問い合わせください。

●介護用品給付サービス(紙おむつ給付)

おむつを必要とする方に対し、自宅に紙おむつを月1回給付します。ただし、生活保護受給者は対象外となります。

- 対象:**●原則、要介護認定3以上で在宅の寝たきり高齢者
●本人が市県民税非課税 ●介護保険料の滞納がない高齢者

内容:●3,000円又は6,000円を限度額として紙おむつを給付

上記の福祉サービスの手続きについて

市内4か所に設置している在宅介護支援センターの職員が自宅を訪問し、福祉サービスの内容や申請に必要な実態調査、市への申請代行を行います。手続きを希望する場合は下記へお問い合わせください。

名 称	電話番号	FAX	担当校区
五月園在宅介護支援センター	25-0123	25-0118	新入・植木
長光園在宅介護支援センター	26-8586	29-0070	上頓野・東・感田
青風苑在宅介護支援センター	24-1523	22-2691	南・西・北
愛和園在宅介護支援センター	28-1098	28-1250	下境・福地・中泉

高齢や障がい等により、ごみ集積所（ごみステーション）までごみを運ぶことが困難な世帯を対象に、自宅の玄関先でごみを回収します。

《対象となる世帯》

- ①65歳以上の高齢者で、歩行や立位保持に常時支えが必要であり、かつ、外出時や日常生活に介助を要する人のみで居住している世帯
- ②身体障害者手帳の総合等級が1級または2級《肢体不自由または視覚障がいに限る》の認定を受けている人のみで居住している世帯

《収集時の安否確認（希望者のみ）》

収集時にごみが出ていない場合（事前に連絡があった場合を除く）、インターホンを鳴らして安否確認のための声かけを行います。希望する場合は、申請時にお申し込みください。

移動送迎支援事業

☎ 社会福祉法人 直方市社会福祉協議会 ☎23-2551

リフト付き自動車などで、外出を支援します。

利用できる人:市内居住の人で

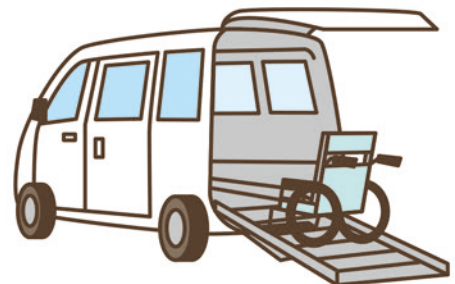
- 各種障害手帳（身体、療育、精神）の交付を受けていて、日常的に車イスや補装具を使用している人
- 要介護3以上で、日常的に車イスや補装具を使用している人、など

利用内容:●利用範囲…県内日帰り

●利用回数…月4回まで

●利用時間…9:00から16:30まで

費用:利用料は無料。ただし、燃料、有料道路、駐車場などの実費は利用者負担となります。
※病院や施設などへの入院中・入所中の方の利用はできません。



在宅生活を応援

車いすの貸し出し

☎ 社会福祉法人 直方市社会福祉協議会 ☎23-2551

利用できる人:市内に居住または通勤・通学している人

利用目的:旅行や買い物など外出全般

貸し出し期間:2週間

費用:200円／回



バス移動

直方市では、高齢者の方が住み慣れたご自宅で安心して生活できるよう、外出支援施策としてコミュニティバスを運行しています。コミュニティバスを利用することで、日常の買い物や通院ができるよう路線を設定しておりますので、ぜひご利用ください。

また、直方市内には西鉄バス、JR九州バスが運行しており、JR九州や筑豊電気鉄道、平成筑豊鉄道の鉄道網も充実していることから、これらの公共交通機関を上手に利用することで日常生活を豊かにしていただくことができます。

コミュニティバス

☎ 直方市都市計画課 ☎25-2157



- 上 頓 野 線 (オレンジ) *上頓野～会下団地～林光寺団地～ハローデイ直方店～直方駅
鴨生田団地線 (黄色) *サンリブのおがた～鴨生田団地～二字町～直方駅
武 谷 線 (ピンク) *中泉～下境～ハローデイ直方店～溝堀～直方駅
植 木 線 (青色) *植木～サンリブのおがた～直方駅
感 田 線 (緑色) *福智台団地～湯野原～王子団地～東和苑～サンリブのおがた～直方駅
赤地新入線 (茶色) *緑光苑～直方市役所～二字町～鴨生田団地～サンリブのおがた

西鉄バス

☎ 西鉄バス筑豊 ☎26-6120

- 内 ケ 磯 線 *永満寺～上境～下境～溝堀～新町～殿町～直方駅
頓 野 線 *上頓野～頓野～直方駅
イオンモール線 *イオン直方～感田～直方駅
遠 賀 線 *遠賀町～鞍手町～新入～知古～直方駅
黒崎線(急行) *黒崎駅バスターミナル～黒崎インター引野口～
小嶺インター口～馬場山ランプ入口～王子団地
～西鉄直方営業所～直方駅
福岡線(高速) *西鉄天神高速バスターミナル～中洲～立花山～若宮IC
～八幡IC～王子団地～西鉄直方営業所～直方駅



JR九州バス

☎ JR九州バス博多支店 ☎092-641-0500

- 直 方 線 *福岡市～宮若市(福丸・宮田)～鴨生田公園
～鞍手高校～殿町～直方駅

西鉄バス、JR九州バスには65歳以上の方に乗り放題定期券があります。詳しくは上記問い合わせ先まで。



『地域と暮らす幸せ』で
豊かな人生を
私たちは、在宅ケア専門です。
可能な限り地域と共に人生を歩めるように、
私たちがサポート致します。



スタッフ募集中!

メールや電話で、お気軽にお問い合わせください。

生活援助サービス 身体介助サービス

訪問介護・ヘルパー

住み慣れたわが家で利用できる
基本サービスです。

訪問介護とは、訪問介護員（ホームヘルパー）が自宅を訪問し、ケアプランに基づいて、食事、排泄、入浴や清拭、着替え、通院の介助などの「身体介護」と、掃除、洗濯、調理、買い物などの「生活援助」を提供するサービスです。

24時間365日対応できる 看護ケアを提供致します。

訪問看護

自宅での療養生活を
支えるサービスです。

訪問看護とは、かかりつけ医と連携を取っている訪問看護ステーションから看護師が家庭に訪問し、在宅で療養生活を送れるように、24時間365日対応できる看護ケアを提供するサービスです。

専門家が居宅を訪問して 療養上の指導を行います。

訪問リハビリテーション

利用者の居宅で
リハビリを行うサービスです。

訪問リハビリテーションとは、自分で出来る事を増やして生活範囲を広げたり、寝たきり状態を防ぐためなどにリハビリテーションが必要であると医師から判断され、病気などのために通院が困難な方が受けるものです。

介護のこと、看護・リハビリのこと なんでもお気軽にご相談ください。

ヘルパーの
ご相談やご依頼

りふれるヘルパーステーション
TEL0949-24-6655

看護・リハビリの
ご相談やご依頼

りふれる訪問看護ステーション
TEL0949-24-6699



有限会社LIV-LEL
live and let live

〒822-0022 直方市知古1丁目6番1号
E-mail: yasunaga@helperstation.jp
本社: 0949-24-6655



認知症の相談窓口

認知症は、脳の神経細胞が損傷することにより今までの記憶や思考などの能力が徐々に低下し、日常生活に支障をきたす状態です。

早めに相談をし、適切な治療や支援を受けることで、住み慣れた地域で安心して生活が続けられます。



■直方市地域包括支援センター

認知症に関する総合的な相談窓口です。

認知症の人やその家族だけでなく、近所に住んでいて気になる人の情報や相談なども幅広く受け付けています。

相談先	直方市役所 健康長寿課 高齢者支援係内 ☎25-2391
相談日時	月～金曜日(祝日を除く)8:30～17:00

■直方市社会福祉協議会(認知症相談)

認知症の人やその家族等のための相談窓口です。「認知症の人と家族の会 直方」の会員(介護経験者・専門職)が相談に応じます。

相談先	直方市社会福祉協議会内 ☎23-2551
相談日時	電話 月～金(祝日を除く)10:00～16:00 面談 毎月第3水曜日 13:00～16:00(祝日の場合は第4水曜日)

■福岡県若年性認知症サポートセンター

福岡県では、若年性認知症支援コーディネーターを配置し、若年性認知症の人やその家族等からの医療・福祉・就労などに関する相談を受け付け、関係機関の紹介や必要な情報提供を行う支援をしています。

相談先	☎0930-26-2370 Eメール jakunenfukuoka@gmail.com
相談日時	月～金曜日(お盆・年末年始を除く)10:00～16:00
設置場所	行橋市大字金屋649-1 高齢者自立支援センター内 ※面談は事前予約制。訪問及びオンラインによる面談にも対応可。

■福岡県認知症医療センター

認知症医療センターは、地域の認知症の医療・介護・福祉の総合相談窓口です。専門スタッフがご相談(無料)に応じます。ご相談はお電話もしくはメールでもお受けいたします。

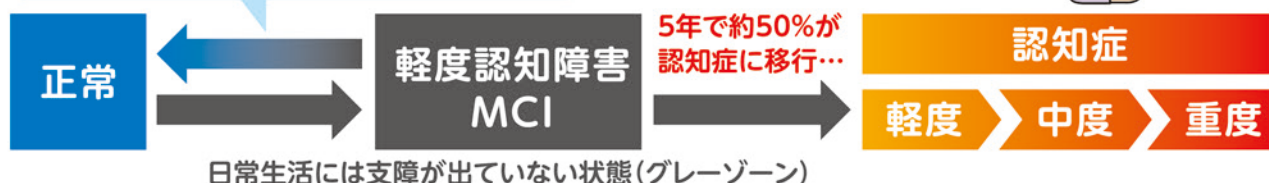
相談先	医療法人福翠会 高山病院内 ☎23-0520(直通) つながりにくい時は☎22-3661へ
相談日時	9:00～17:00(月曜～金曜) Eメール:takayamaninchis@gmail.com

対処が早いほど、今まで通りの生活を取り戻す可能性があります！



早期受診と生活習慣改善で正常に戻る人も！

あれ、おかしいな…



①まず、かかりつけ医へ相談

※かかりつけ医がない場合は、下記の認知症対応医療機関を参照してください。

②気になることをメモ

診断に欠かせないのが、本人・家族の情報です。「おかしいな？いつもと違うな？」と思ったとき、どのようなことが気になったかが重要な手がかりになります。

- ☐ 変化が起こった時期
- ☐ 現在、服用している薬とその服用期間
- ☐ 以前の本人と、今とで変化したと思うこと
- ☐ 既往歴
- ☐ 本人や家族が今困っていること など

何かの病気かもしれないから
検査を受けてみよう

私たち家族のためにも
診てもらって欲しいな



③受診して診断を受ける

本人が納得して受診することが望ましいですが、受診をためらう場合も考えられます。「定期受診に行こう」「私の受診について来て欲しい」等、声掛けを工夫してみましょう。

認知症に関する相談ができる医療機関

令和6年3月時点(順不同)

認知症に関する相談・診療が可能な医療機関一覧です。

【市内の認知症対応医療機関】

※詳細な診療時間は各医療機関にお問い合わせください。

病 院 名	住 所	電話番号	診 療 科	受診に関して
かつき脳外科整形外科	感田415	26-7777	脳外科	月～土(木・土は午前のみ)
白石内科医院	殿町11-18	22-0716	内科、神経内科	月～土(水・土は午前のみ) *診察に時間を要するため、午後が望ましい
社会保険直方病院	須崎町1-1	22-1215	もの忘れ認知症外来	第2・4火曜日午後 第1・3・5水曜日午後 *初診予約不可
高山病院	下境3910-50	22-3661	精神科	月～金 午前 土 午前
田代医院	溝堀3-5-41	22-3030	脳神経外科、内科 小児科	月～土(木・土は午前のみ) 初診要予約・家族相談可 *もの忘れ外来希望と申し出ること
西尾病院	津田町9-38	22-0054	脳神経内科	完全予約制 第1・3・5火曜日 午後
西田病院	永満寺1347	24-5139	精神科	月～土(土は午前のみ) 初診要予約(土は初診診察なし)
直方中村病院	頓野993-1	26-1522	心療内科、精神科	月～土(土は午前のみ) *初診要予約(土は初診診察なし)
福岡ゆたか中央病院	感田523-5	26-2311	もの忘れ外来	木 *要予約・時間は予約時に確認
福原内科・脳神経内科 クリニック	感田1872-6	26-5100	脳神経内科	月・火・木・金 午後 *要予約・時間は予約時に確認
みずほ内科・レディース クリニック	上境291-1	28-8066	内科、老年内科、 もの忘れ外来、 神経内科、精神科	月～金、土 *事前連絡希望

もの忘れが心配になったら

認知症などの高齢者が行方不明になった時に、より多くの目で行方不明者を探し早期発見・保護できるよう、高齢者の生命と安全を守るためのネットワークです。

行方不明が発生した場合

行方が分からなくなったときは、躊躇せず警察署に110番!



高齢者等SOSネットワーク見守り登録事業(事前登録)

☎ 高齢者支援係 ☎25-2391

認知症などにより行方不明となる可能性のある方の特徴、写真などの情報をあらかじめ登録し、直方警察署、直方市消防本部に情報提供することで、不明時の対応・発見に役立つ取り組みです。

登録された方には、靴などに貼るステッカーを交付します。

対 象	認知症などにより行方不明となる可能性のある方
費 用	無料
登録に必要なもの	本人の顔写真と全身の写真 ※医療機関への受診状況や服薬の内容がわかるもの(おくすり手帳等)



行方不明者情報の取得について

☎ 高齢者支援係 ☎25-2391

メールで行方不明者情報を提供しています。携帯電話のカメラで下の二次元コードを読みとり簡単に登録できます。

防災メール まもるくん



福岡県のメール配信システムです。県内全域の情報配信を行なっています。

つながるのおがた



直方市のメール配信システムです。高齢者等の行方不明者情報は「緊急」の情報として随時配信しています。

認知症の人や家族とつながろう!

☎ 高齢者支援係 ☎25-2391

認知症になったり、認知症の家族を持つことは、決して恥ずかしいことではありません。
地域の人や、同じ悩みを抱える人など、話がしやすい相手を見つけておしゃべりして気持ちを軽くしてみましょう。

■認知症カフェ

認知症の人や家族、地域の方など誰もが参加し、気軽に話しや交流ができる場を開設しています。

■認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症に関する正しい知識と理解をもち、地域や職域で、認知症の人や家族に対してできる範囲で手助けをする人のことです。認知症に関する正しい知識や対応の仕方などを学ぶことができる「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

認知症の人と家族の会 直方

☎ 直方市社会福祉協議会内 ☎23-2551

認知症相談、家族のつどいや交流会、学習会を行っています。認知症の人や家族、介護をしている人と介護の相談や情報交換等をしてみませんか。

※新着情報や内容詳細については、直方市のホームページでご確認ください

認知症の人と家族が寄り添う居場所づくり
認知症カフェ「さろ～ん のおがた」へおいでください!
～何でも話せる場 温かい仲間と一緒に過ごせる場をつくりましょう～

日時 毎月 第1土曜日 13:00～16:00

場所 直方歳時館 新町1丁目1番18号(新町公園前)

認知症サポーターを広める会

☎ 事務局 ☎090-6419-6507

学校、各種団体、地域、施設などからの要望で、講師が出向き、楽しくわかりやすく認知症サポーター養成講座を開催しております。

また皆さんの知りたい!を各専門家が教える認知症カフェ(お勉強カフェ)を行っておりますので興味のある方はお気軽にご連絡ください。

◎認知症カフェ図書館

◎認知症カフェベルコ

車の運転が心配…

☎ 筑豊自動車運転免許試験場 ☎0948-26-7110

■安全運転相談・運転免許返納

認知症を発症すると、日常生活は自立していても、突発的な対応や適切な判断に支障がみられるため、自動車運転による事故を起こす可能性が大きくなります。高齢や病気などにより運転に不安がある人やその家族の相談先として安全運転相談窓口が設けられています。

相談先	筑豊自動車運転免許試験場 安全運転相談窓口 ☎0948-26-7110	安全運転相談ダイヤル シャープ ハ レ バ レ ☎ # 8 0 8 0
相談日時	月～金曜日 8:30～17:15	月～金曜日 8:30～17:15

もの忘れが心配になったら

知って防ごう高齢者虐待

☎ 高齢者支援係 ☎25-2391

介護や経済的な負担が虐待につながる場合があります

高齢者虐待は高齢者の「人としての尊厳」を傷つける行為です。しかし、虐待をしている家族のなかには日々の介護に心身共に疲れ、ストレスがたまって自覚がないままに虐待をしてしまったり、経済的に余裕がない、相談する人がいないなど様々な背景や要因があります。また、虐待を受けている高齢者も声を上げられず事態が深刻化してしまいます。このような場合は高齢者やその家族に適切な支援をして虐待に至る悪循環を止めることが必要です。困ったときや悩んだ時はまずご相談ください。

相談の内容や通報者の秘密は守られます。

このようなことが虐待にあたります

身体的虐待

- たたく、つねる、蹴る、やけどを負わせる
- ベッドに縛りつけたり、意図的に薬を過剰に与える など

介護等放棄(ネグレクト)

- 十分な食事や水分を与えない
- おむつなどを放置する、劣悪な状態や環境の中に放置する など

性的虐待

- 懲罰的に下半身を裸にして放置する
- キス、性器への接触、セックスを強要する
- 人前で排泄行為をさせる、おむつ交換をする など

心理的虐待

- 排泄などの失敗に対し、恥をかかせる
- 子ども扱いする、怒鳴る、ののしる、悪口を言う、無視する など

経済的虐待

- 日常生活に必要なお金を本人に渡さない、使わせない
- 本人の不動産、年金、預貯金などを本人の意志・利益に反して使用する
- 入院や受診、介護保険サービスなどに必要な費用を支払わない など

悪質な詐欺にだまされないために

認知症などで判断力が衰えた高齢者は、悪質商法や詐欺などの消費者トラブルの被害にあいやすく、ねらわれやすい傾向があります。高齢者本人は「自分は大丈夫」という油断をしていたり、だまされてもその自覚がなかったりすることがあります。本人だけでなく、周囲の人が「普段と変わりはないか」と見守ることが大切です。地域に気になる高齢者がいたら、高齢者支援係へご相談ください。



高齢者が抱える3つの不安

健康

お金

孤独

高齢者の消費者トラブルに見られる特徴は？

だまされたことに
気づきにくい

トラブルにあっても
誰にも言わない

消費生活相談とは？

悪質商法による被害や商品事故の苦情など消費生活に関する相談等を行っています。ご心配なことがありましたらご相談ください。

直轄広域消費生活センター

☎25-2162

(受付時間：平日8:30～17:00)

認知症などで判断能力が低下し、お金の管理や福祉サービス等の契約に不安を感じたら、次のような事業や制度があります。

日常生活自立支援事業

☎ 社会福祉法人 直方市社会福祉協議会 ☎23-2551

福祉サービスの利用や日常的な金銭管理などに不安がある方が住み慣れた地域で安心して暮らせるようお手伝いします。

利用できる人	認知症、知的障がい、精神障がいなどで、自分ひとりで契約などの判断をすることが不安な人や、お金の管理に困っている人など
サービスの種類	福祉サービスの利用援助、日常的な金銭管理、書類などの預かり
費用	*相談は無料 利用料 1時間まで…1,000円(以後30分毎に350円追加) 預かり料 社会福祉協議会でお預かりする場合…月350円 (日常的な金銭管理に係る預貯金通帳や通帳印などを預かります) 銀行の貸金庫でお預かりする場合…月250円 (普段取り扱わない年金手帳、証書、実印などを預かります)

成年後見制度とは、認知症などによって判断能力が衰えた人が社会で不利益や被害を受けることがないように「成年後見人」などの支援者が預貯金の管理（財産管理）と医療・介護等の手続（身上監護）などの支援を行う制度です。

「成年後見制度」の種類と仕組み

成年後見制度には「法定後見制度」と「任意後見制度」の二つの制度があります。

手続きの方法

法定後見制度 本人や配偶者、もしくは4親等内の親族などが家庭裁判所で申立てを行います。

任意後見制度 任意後見人になってくれる人と公証役場で任意後見契約の公正証書を結びます。

法定後見制度

本人の判断能力が不十分な人に対する制度です。家庭裁判所での申立てを行い、判断能力の程度によって「後見」「保佐」「補助」の3つに区分されます。

判断の能力の程度

常に判断能力が
ない方

判断能力が
著しく不十分な方

判断能力が
不十分な方

成年後見人

保佐人

補助人

すべての法律行為が行えます。

本人の同意を得た上で家庭裁判所が定めた法律行為を行えます。

本人の同意を得た上で本人が選択して家庭裁判所が定めた範囲の法律行為を行えます。

手続きを行う窓口

本人の住所を管轄する家庭裁判所

任意後見制度

現在は判断能力がある人が判断能力の低下に備え、支援者（任意後見受任者）や支援内容を自分自身で決める事ができます。公証役場で任意後見契約を公正証書で結びます。

判断能力はある

任意後見人

本人の判断能力が不十分になったら家庭裁判所に申立てを行い任意後見監督人が選任されます。任意後見人は任意後見契約で定められた仕事を行います。任意後見監督人は仕事をチェックします。



手続きを行う窓口

公証役場

もしものときの「のがた安心カード」を作ませんか

☎ 高齢者支援係 ☎25-2391

「のがた安心カード」は、医療と介護の情報共有が円滑になるように、かかりつけ病院や緊急連絡先等の情報を記載するカードです。

このカードを医療保険証、介護保険証、お薬手帳、ケアマネジャーの名刺などと一緒に携帯しておくと、万が一の事故や急変などで本人が連絡先等を伝えることができないときに役立ちます。

表

～安心カード～		記入者 ()	
記入日		年	月 日
ふりがな		性別	男・女
氏名			
住所			
生年月日	年	月	日生
電話	()		
血液型	A・B・O・AB Rh(＋－) 血液型不明		
かかりつけ病院			
持病			
アレルギー	なし・あり()		

裏

緊急時の連絡先(家族、親族など)		
氏名	本人との関係	電話
①		
②		
担当ケアマネジャー		
事業所名		
氏名	電話	
その他伝えたいこと		

このカードに関する問い合わせ先
直方市 健康長寿課高齢者支援係 電話0949-25-2391

対象者	直方市に住所を有する65歳以上の方
配布場所	直方市役所 健康長寿課 高齢者支援係窓口 カード書式は、直方市公式HPからもダウンロードできます。

★ご本人またはご家族が必要事項を記入し、いつも持ち歩くバックや財布等に入れておきましょう。
(このカードは、公的証明及び身分証には使用できません。)

直方市公式HP

記入の仕方・注意事項はこちらから ▶▶



直方市役所

名 称	ご相談内容	電話番号	FAX
健康長寿課 高齢者支援係 (直方市地域包括支援センター)	介護予防、高齢者の 総合相談窓口	25-2391	24-7320

在宅介護支援センター

直方市では、市内4か所に「在宅介護支援センター」を設置し、また生活支援コーディネーターを配置しております。下記のようなご相談については、お近くの在宅介護支援センターへご連絡ください。

- ・市の福祉サービス、配食サービス、緊急通報装置貸与事業の申請代行
- ・直方市内の弁当配達、日用品・食材等の配達といった社会資源の紹介
- ・いきいき百歳体操に取り組んでいる団体へ参加したい。または、地域の通いの場の情報を知りたい。
- ・介護保険の申請

名 称	担当校区	電話番号	FAX
五月園在宅介護支援センター	新入・植木	25-0123	25-0118
長光園在宅介護支援センター	上頓野・東・感田	26-8586	29-0070
青風苑在宅介護支援センター	南・西・北	24-1523	22-2691
愛和園在宅介護支援センター	下境・福地・中泉	28-1098	28-1250



直方市 のおがた介護予防お役立ちガイド

令和6年9月発行

直方市役所 健康長寿課 高齢者支援係(直方市地域包括支援センター)

〒822-8501 福岡県直方市殿町7-1

TEL:0949-25-2391 FAX:0949-24-7320

医療法人 古賀整形外科医院



当院は、「良質な医療」「信頼される医療」「思いやりのある医療」を志し、
永年地域の皆様と共に歩んでまいりました。
医療器具やリハビリ機器の充実に努めることはもちろん、
スタッフ一同の心がけ・結束を強く持ち、
これからも皆様の「健やかな日々」をお手伝いさせていただきます。

骨密度検査

当院は「骨粗しょう症検診精密検査実施医療機関」「直方市骨粗しょう症検診指定医療機関」です。
早期からの骨粗しょう症対策を始めるためにも、骨の健康状態を確認してみましょう。

通所リハビリ (デイケア)

「自宅での生活」を想定し、
支障のない生活内動作を行えるよう、運動機能訓練を行っています。
介護保険を利用しての短時間リハビリです。

★ご自宅までの送迎あり！

運動器 リハビリテーション

身体機能の回復と生活の質の向上を目指して、理学療法士による運動器リハビリを行っています。「他院で手術したが、リハビリは近所で行いたい」などの場合も、当院にご相談ください。

ご不明点・ご相談など、お気軽にお問い合わせください。

医療法人 古賀整形外科医院

TEL.0949-22-0028

〒822-0022

福岡県直方市知古1丁目1-1

休診日 土曜午後・日曜・祝日

HPIはこちら



診療・リハビリ 受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	/
14:00~17:30	●	●	▲	●	●	/	/

▲：水曜午後はリハビリのみとなります。

スポーツジムのような 「3時間のデイサービス」



ご見学・無料体験実施中



デイサービス

GRAND TEL.0949-28-9871

株式会社フルディライト／フィットネスデイGRAND【所在地】福岡県直方市殿町4-31（事業所番号：4091700122）

